Hakeem Ali Zia

خواص آم



حکیم محمد عبداللہ

۱۸

بِسۡمِ اللّٰہِ الرَّحۡمٰنِ الرَّحِیۡمِ

ناشر ـــــــــ عبدالوحید سلمانی

طابع ـــــــــ منہاج الدین اصلاحی

مطبع ـــــــــ شرکت پرنٹنگ پریس، لاہور
۴۳۔ نسبت روڈ۔ لاہور

ایڈیشن اٹھارواں مئی ۱۹۹۴ء ـ ۱۰۰۰

قیمت ـــــــــ ۵۰/۷

ادارہ مطبوعات سلیمانی

آم کا تعارف

مختلف نام

زبان	نام	زبان	نام	زبان	نام
اُردو	آم	بنگلہ	آم	پنجابی	انب
سندھی	آمو	گجراتی	انبو	ہندی	انب
عربی	انبج	فارسی	انبہ	سنسکرت	امرا
مرہٹی	انبا	تامل	منگس	نیپالی	انگپ
برمی	تھائیٹ	کمبوڈی	سوائی	کناری	مادد
چینی	انلوکو	فرانسیسی	انبو	جرمنی	مینگوبام
ہندچینی	مینگوکوا	ملائی	منگا	ترکی	منگواغ

- (MANGO)

آم کا درخت :

درخت کی اُونچائی تقریباً ساٹھ ستر فٹ ہوتی ہے۔ تناگول اور اس کا محیط عموماً دس پندرہ فٹ ہوتا ہے۔ دس بارہ سال کے بعد پھلنا پھولنا شروع ہوتا ہے۔ پتے چھ انچ سے ۹ انچ تک لمبے اور نوکیلے ہوتے ہیں۔ اپنی ابتدائی بہار میں

بہت اچھے اور زیادہ پھل دیتا ہے۔ مگر جُوں جُوں عمر زیادہ ہوتی جاتی ہے، پھلوں میں بھی کمی واقع ہوتی جاتی ہے۔ نیز اوّل سال اچھے اور بکثرت پھل لگتے ہیں۔ دوسرے سال کم اور ناقص۔ بعض اوقات پھلتے ہی نہیں۔

بُور :

اس پر خاص قسم کی خوشبو لیے ہوئے پیلے رنگ کے پھولوں کے گچھے لگتے ہیں۔ جنہیں لوگ بُور کہتے ہیں اور یہ پھول ماگھ سے چیت تک لگتے ہیں۔ ان کی خوشبو ہوا میں سرایت کر جاتی ہے تو نہایت بھلی معلوم ہوتی ہے۔

گوند :

آم کے پتّوں اور چھال سے لوگ پیلے رنگ کا گوند نکالتے ہیں۔ قلمی آم بہت بڑا اور قد آور نہیں ہوتا۔ اگر زیادہ پھیلے۔ اُسے تو باغبان چھانٹ ڈالتا ہے۔ عموماً پانچویں یا چھٹے سال پھلنے لگتا ہے۔

علامہ نجم الغنی اپنی مشہورِ عالم کتاب "خزائن الادویہ" میں رقمطراز ہیں :

"کیلانی نے لکھا ہے کہ یمن اور افریقہ کے اطراف میں سوڈان کے شہروں کے پاس اور عمان کے جوانب میں جو آم پیدا ہوتا ہے وہ قدر میں بڑے آلو، اخروٹ سیب اور بڑی ناشپاتی کے برابر ہوتا ہے۔ بعض مقامات پر میٹھے خربوزہ کے برابر بھی پایا جاتا ہے۔

ذائقہ :

بہت خام آم کا ذائقہ کسیلا۔ اوسط درجے میں بہت زیادہ ترش اور پختہ حالت میں بدرجہ نہایت شیریں ہوتا ہے۔

طبیعت :

پتے چھال اور بُور دوسرے درجے میں سرد خشک ہیں۔ جڑ بھی سرد ہے۔

کیری :

دوسرے درجے میں سرد اور پہلے درجے میں خشک ہے۔

پختہ شیریں آم :

دوسرے درجہ میں گرم و تر ہے۔ لیکن بعض گرم و خشک خیال کرتے ہیں۔ ویدوں کے نزدیک آم سرد ہے۔

نوٹ :

آم میں جس قدر ترشی زیادہ ہو گی۔ گرمی اتنی ہی کم پائی جائے گی۔

آم کی قسمیں :

قلمی اور تخمی یہ دو بڑی آم کی قسمیں ہیں۔ پھر ان میں سے ہر ایک مزے، شکل و صورت اور مقامِ پیدائش کے اعتبار سے بیسیوں قسم کا ہوتا ہے۔ دوسری قسم کے تخمی آم دیسی آم کہلاتے ہیں۔ جو عام طور پر قصبات اور دیہات میں پائے جاتے ہیں۔ درحقیقت یہ اس قدیم زمانے کے جنگلی آموں کی یادگار ہیں۔

کچے آم کو جب تک اس کی گٹھلی پیدا نہ ہو جائے، کیری کہتے ہیں۔ اور جو آم درخت پر پکنے کے بعد خود بخود ٹوٹتا ہے، وہ ٹپکا کہلاتا ہے۔ کچا آم توڑ کر بھوسے وغیرہ میں دبا کر پکایا جاتا ہے اس کو پال کا آم کہا جاتا ہے۔ ٹپکے کا آم پال کے آم سے کم شیریں ہوتا ہے۔ اور دونوں کی لذتوں میں نمایاں فرق ہوتا ہے۔

قلمی آم نہایت شیریں اور بے ریشہ ہوتا ہے۔ اور عموماً تراش کر کھایا جاتا ہے۔ تخمی آموں میں بعض میٹھے اور بعض کھٹ میٹھے ہوتے ہیں۔ قلمی آم نہایت لذیذ شیریں اور بے ریشہ ہوتا ہے۔ لیکن عام طور پر تخمی آم دوسرے آموں سے اچھا سمجھا جاتا ہے۔ قلمی آم کی اگرچہ بہت سی قسمیں ہیں۔ لیکن ان میں جو زیادہ مشہور ہیں درج ذیل ہیں :-

سردلی ۔ مالدہ ۔ انور لٹول ۔ ثمر بہشت چونسہ ۔ رحمت خاص
الفانسو ۔ لنگڑا ۔ پرنس ۔ بیگم پسند ۔ سفیدہ ۔ دسہری ۔
سیندوریا ۔ زرد آلو ۔ ثریا ۔ فجری گولہ ۔ مغلیہ حیدر آباد ۔
فجری کلاں ۔ پرنس ۔ طوطا پری وغیرہ ۔

آم کے غذائی اجزاء :

آبی اجزاء	۸۶٫۱	فی صد	۔ پروٹین (لحمی اجزاء)	۵٫۶	فی صد
چکنائی	۰٫۶۱	〃	۔ معدنی نمکیات	۰٫۹۳	〃
نشاستہ دار اجزاء	۱٫۸۱	〃	۔ چونا	۴٫۱	〃
فولاد	۰٫۶۳	〃	۔ وٹامن اے	۰٫۴۸	〃
وٹامن سی	۰٫۱۳	〃	۔		

ایک چھٹانک آم میں ۲۸ غذائی حرارت قوت ہوتی ہے۔

آم کب اور کس طرح کھانا چاہیے :

آم کھانے کا سب سے اچھا وقت کھانا کھانے کے بعد ہے۔ سہ پہر کو

بطور ناشتہ کھایا جائے۔ صبح کو نہار منہ مناسب وقت نہیں ہے۔

آم کھانے سے پہلے آموں کو ٹھنڈے پانی میں ڈالیں۔ اس کے بعد تراش کر ان کا گودا کھائیں۔ لیکن اگر آم تخمی ہو تو ان کے کھانے کا بہترین طریقہ، ان کا رس چوسنا ہے۔ ان کو بھی پانی میں ڈال کر ٹھنڈا کر لیا جائے۔ اس کے بعد ہاتھوں سے دبا دبا کر پیدا کر لیا جائے۔ آم لذیذ اور خوش گوار ہونے کی وجہ سے آدمی اس کے کھانے میں حریص ہوتا ہے۔ پیٹ بھر جاتا ہے، لیکن طبیعت نہیں بھرتی۔ زیادہ آم کھانے سے پیٹ ابھر جاتا ہے۔ پیچش شروع ہو جاتی ہے۔ فائدے کی بجائے نقصان ہوتا ہے۔

آم کی اصلاح :

عام طور پر جامنیں آم کی مصلح ہیں۔ آم کھانے کے بعد چند جامنیں کھانے سے وہ جلد ہضم ہو جاتے ہیں۔ اس سے کسی قسم کا نقصان نہیں پہنچتا۔ دودھ کو بھی آم کی اصلاح خیال کیا جاتا ہے۔ اس لیے آم کھانے کے بعد دودھ کی کچی لسی پینی چاہیے۔

کچے آم کا استعمال :

کچا آم بھوک لگاتا ہے۔ اور صفرا کی زیادتی کو دُور کرتا ہے۔ بچے عورتیں کچے آموں (کیری) کو چھیل کر نمک لگا کر کھاتے ہیں۔ یہ مناسب نہیں ہے۔ اس سے دانتوں کو نقصان ہوتا ہے۔ کھانسی پیدا ہو جاتی ہے۔ البتہ اگر کچے آم چٹنی بنا کر کھائیں۔ یا گڑمبہ بنا کر استعمال کریں۔ تو اس سے بھوک اچھی لگتی ہے۔ غذا رغبت سے کھائی جاتی ہے۔ اور اس کو ہضم کرنے میں مدد دیتی ہے۔ گرم مزاجوں کے لیے اس کا استعمال بہت مفید ہے۔ صفراوی مزاجوں میں صفراوی مادہ کو کم کرتی ہے۔ کچا آم

لوگوں کے مضر بات کو دور کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔ آم کو بھوبھل میں پکا کر اور چینی ملا کر کھانے سے بہت لذت پیدا ہوتی ہے۔

آم کی مضرتیں :

پکا ہوا میٹھا آم اگر اعتدال کے ساتھ کھایا جائے تو تقریباً ہر شخص کو موافق آ جاتا ہے۔ اس سے کسی قسم کے نقصان کا اندیشہ نہیں۔ کثرتِ استعمال سے اعصاب پر مضر اثر ہوتا ہے۔ سرد بلغمی امراض والے شخص کیلئے اور ان لوگوں کے لیے جو نزلہ اور زکام میں مبتلا رہتے ہیں۔ اور دمہ اور کھانسی کے مریضوں کے لیے اس کا استعمال بالکل مناسب نہیں ہے۔

تاریخ :

آم برصغیر پاکستان و ہندوستان کا مشہور و معروف ہر دلعزیز اور مقبول ترین پھل ہے۔ نہایت خوش رنگ، خوش ذائقہ، لذیذ اور خوشبودار۔ اپنی شیرینی اور حلاوت کی وجہ سے پوری دنیا میں سب سے زیادہ پسند کیا جانے والا یہی پھل ہے۔ دورِ حاضر میں مصر، سوڈان، برازیل، برما، فلپائن، جاوا، سری لنکا تھائی لینڈ، فلوریڈا، انڈونیشیا، آسٹریلیا، میکسیکو، یمن اور عمان وغیرہ میں آم کی کاشت ہو رہی ہے۔ لیکن اب بھی دنیا کا ۷۵ فی صد آم برصغیر پاکستان و ہندوستان میں ہوتا ہے۔

تاریخ سے پتہ چلتا ہے کہ آم کی کاشت ۴ ہزار سال قبل ہندوستان میں ہوتی تھی۔ ایک محقق پرمینو لکھتا ہے کہ آم کا ابتدائی وطن مشرقی ہندوستان آسام اور برما معلوم ہوتا ہے۔ مکرجی کی تحقیق یہ ہے کہ آم کی ابتدا برما، ہند چینی، آسام یا

ملایا سے ہوئی لیکن اس کی افزائش برما اور آسام کے علاقہ میں ہوئی۔ وہ لکھتا ہے کہ جنگلی قسم کا آم آسام اور چٹاگانگ کی پہاڑیوں میں پائے گئے جس کی تائید وہاں کے مقامی مجوزہ ناموں سے ہوتی ہے۔ ابتدائی دور میں آم برصغیر کے جنگلوں میں دوسرے جنگلی درختوں کی طرح پیدا ہوتا تھا، جیسا کہ آج کل بھی بعض علاقوں میں خود رو جنگلی آم ہوتا ہے۔ زمانہ قدیم کے مصنفین آم کو لنکا کا پھل بتاتے ہیں اور ہندوستان میں یہ روایت عام ہے کہ لنکا کے ہنومان جی کے ذریعہ آم برصغیر میں متعارف ہوا۔ لیکن چینی سیاح ہیون سانگ کی تصانیف میں آم کے متعدد بار ذکر سے یہ خیال بھی کیا جاتا ہے کہ اس نے بیرونی دنیا کو آم سے متعارف کر دیا۔ بدھ مندروں میں آم کی موجودگی اس کی انتہائی قدامت کی دلیل ہے۔ بدھ عہد کے مصنف امر سنہا اپنی تصنیف امرکوش میں آم کی بے حد تعریف کرتے ہیں۔ اہل ہنود کے نزدیک آم کا درخت مقدس ہے۔ چنانچہ تہواروں کے موقعہ پر لوگ اس کے پتوں کا ہار بنا کر پہنتے ہیں۔ نیز ان کا اعتقاد ہے کہ اگر مردے کی لاش آم کی لکڑی سے جلائی جائے تو متوفی کا سرگباشن ہونا یقینی ہے۔ گویا مسلمانوں کے نزدیک جیسے کھجور کی اہمیت ہے ہندوؤں کے ہاں ویسا ہی آم قابلِ تکریم ہے۔ ہندوؤں کی مقدس تصانیف مہابھارت اور رامائن آموں کے باغات کے ذکر سے بھرپور ہیں۔ مشہور بھارتی مصنف لالہ بھارو سنگھ اپنی تصنیف مینگو (آم) میں لکھتا ہے کہ ہندوستان کا قدیم پھل ہونے کے باعث آم کو ہندو مذہب سے وابستہ کر دیا گیا ہے —— ہندوؤں کی قدیم روایات کے مطابق پرجاپتی نے آم کا روپ دھار لیا تھا۔ ہندو آم کو مختلف مذہبی رسومات میں بھی استعمال کرتے ہیں۔ عقل کی دیوی سرسوتی اور شو جی کی پوجا میں آم کو

بڑی اہمیت حاصل ہے۔ آم کی خشک لکڑیاں ہون کی پاک آگ میں جلائی جاتی ہیں۔

مغلیہ دَور میں آم کی کاشت اور اس کے مرکبات بنانے کے لیے نئے نئے تجربات کیے گئے اور آم کی بے شمار نئی اقسام تلاش کی گئیں۔ ہندوستان میں مغل خاندان کے بانی شہنشاہ ظہیر الدین بابر کہتا ہے کہ ہندوستان کے خاص میووں میں سے ایک انبہ ہے اس میں خوشبو ہوتی ہے۔ یہ خود رو بھی ہوتا ہے مگر خود رَو عمدہ نہیں ہوتا۔ اکبر اعظم نے اپنے دور سلطنت میں جس طرح دوسرے علوم و فنون کو ترقی دی اسی طرح اس نے فن باغبانی کی طرف بھی توجہ مبذول کی اور درختوں میں پیوند لگا کر بہترین پھل حاصل کرنے کا طریقہ دریافت کیا۔ آموں سے اس کی دلچسپی کا یہ حال تھا کہ دربھنگہ کے علاقہ میں آموں کے ایک لاکھ درختوں پر مشتمل ایک باغ لگوایا جس کا نام لاکھ باغ رکھا۔ اس لیے ہم کہہ سکتے ہیں کہ آم بادشاہوں کا پھل اور پھلوں کا بادشاہ ہے۔

آم اور ادب :

برصغیر میں شائع ہونے والے ہر قسم کے لٹریچر میں آم کا تذکرہ موجود ہے۔ سنسکرت شاعروں نے آم، اس کے پتوں، اس کی بھینی بھینی خوشبو کی توصیف و تعریف میں نظمیں اور گیت لکھ لکھ کر اس کو لاثانی شہرت سے ہمکنار کر دیا ہے۔ کالیداس کے زندہ جاوید ڈرامہ میں آم کو دیوتا کے عشق کے پانچ تیروں میں سے ایک تیر سے تشبیہ دی گئی ہے۔

پنجابی زبان کے اکثر و بیشتر لوک گیتوں میں بھی آم کا تذکرہ موجود ہے۔ مثلاً :

؎ انب دے بوٹیاں نوں لگ گیا بُور نیں۔

اُردو کے تمام بڑے بڑے شعراء نے آم کے موضوع پر نظمیں لکھی ہیں۔ حضرت داغ دہلوی، مرزا غالب، بے نظیر، اُجاگر وارثی، اسماعیل میرٹھی وغیرہ کی نظموں کے چند اشعار ملاحظہ ہوں :

؎ ہے تشبیہ آموں کی یہ برمحل — زمرد کے پتے، زمرد کے پھل (بے نظیر)

؎ مجھ سے پوچھو تمہیں خبر کیا ہے — آم کے آگے نیشکر کیا ہے (غالب)

؎ واقعی ان آموں کی تعریف میں — کم ہیں جہاں تک کہیں اہل سخن (داغ دہلوی)

؎ انب شیریں جو اسے ہو نصیب — نام بھی شیریں کا نہ لے کوہ کن (داغ دہلوی)

؎ پھلوں میں اگر کوئی پھل ہے تو آم — خجل شہد ہے اور نباتہ غلام (اجاگر وارثی)

؎ آم میں ہے اک حلاوت عجب — رہتی ہے اس کی ہمیشہ طلب
میووں میں ہے بس وہی ہر دلعزیز — سیب غلام اس کا، بہی ہے کنیز (اسمٰعیل میرٹھی)

مشہور شاعر امیر خسرو نے آج سے ساڑھے چھ سو سال پیشتر فارسی میں آم کی تعریف میں اشعار کہے تھے۔ ان کا اُردو ترجمہ درج ذیل ہے :

"آم باغوں کی بہار اور ہندوستان کا مرغوب پھل ہے۔ دوسرے پھلوں کو تو صرف پکنے پر ہی استعمال کرتے ہیں لیکن آم اپنی افزائش کے ہر مرحلہ پر قابل استعمال ہوتا ہے۔

آم کے لطائف :

(۱) حکیم رضی الدین خاں جو مرزا غالب کے نہایت گہرے دوست تھے اُن کو آم نہیں بھاتے تھے۔ ایک دن مرزا کے مکان پر برآمدے میں بیٹھے تھے۔ ادھر

مرزا بھی وہیں موجود تھے۔ ایک گدھا گلی سے گزرا۔ گلی میں آم کے چھلکے پڑے تھے۔ گدھے نے سونگھ کر چھوڑ دیے۔ حکیم صاحب نے کہا ذرا دیکھیے آم ایسی چیز ہے جسے گدھا بھی نہیں کھاتا۔ مرزا نے کہا ہاں! گدھا نہیں کھاتا۔

(۲) ۔ مرزا کی نیت آموں سے کسی طرح سیر نہیں ہوتی تھی۔ اہل شہر تحفتہً بھیجتے تھے۔ خود بازار سے منگواتے تھے۔ باہر سے دُور دُور سے آم بطور سوغات آتا تھا۔ لیکن حضرت کا جی نہیں بھرتا تھا۔ ایک صحبت میں مولانا فضل الحق، مرزا غالب اور دیگر اصحاب موجود تھے۔ آم کی نسبت اپنی اپنی رائے بیان کی جا رہی تھی جب سب لوگ اپنی اپنی کہہ چکے تو غالب سے کہا گیا کہ تم بھی اپنی رائے بیان کرو

مرزا صاحب نے کہا۔ میرے نزدیک آم میں دو چیزیں ہونی چاہئیں:

میٹھا ہو اور بہت ہو۔ اس بات پر سب حاضرین ہنس پڑے۔

(۳) ۔ علامہ اقبال آموں کے بہت شوقین تھے۔ ایک مرتبہ بیمار ہوئے تو ڈاکٹروں نے آم کھانے سے منع کر دیا۔ علامہ نے پوچھا کیا ایک آم بھی نہیں کھا سکتا؟ ڈاکٹر نے مجبوراً ایک آم کی اجازت دے دی۔ جب دوبارہ ڈاکٹر آیا تو دیکھا کہ علامہ صاحب سیر بھر کا آم کاٹ کاٹ کر کھا رہے ہیں۔ ڈاکٹر نے کہا! علامہ صاحب! یہ کیا؟ آپ نے کہا کہ ایک آم کی تو اجازت تھی۔ آپ نے یہ تھوڑا کہا تھا کہ وہ کتنے وزن کا ہو۔

ضرب الامثال:

آم کے آم گٹھلیوں کے دام۔

آم کھانے سے غرض یا پیڑ گننے سے

آم کھائیے پال کا، خربوزہ کھائیے ڈال کا۔

ایک آم، ہزار دام۔

آم بوؤ آم کھاؤ، املی بوؤ املی کھاؤ۔

کوئل بولے آم پکے۔

بجلی بجلی (آم کی گٹھلی) میرا بیاہ کدھر۔

اچھو رَن پھانک۔ (شوخ و طرار لڑکی کو کہتے ہیں)

سر کی بیماریاں

نزلہ و زکام

(۱) تریاق نزلہ:

ھُوالشافی:۔ آم کی ایسی کیریاں جن میں ابھی جالا نہ پڑا ہو درمیان سے دو دو ٹکڑے ٹکڑے کرکے ہر دو ٹکڑے کے درمیان میں ایک عدد بھلانواں رکھ کر کچے سوت سے دونوں ٹکڑوں کو باندھ دیں۔ اور ایک گھڑے میں رکھ کر اس کے منہ کو گل حکمت کرکے زمین میں دفن کردیں، بارش کا موسم ختم ہو جانے پر نکال کر سب کو کوٹ کر یک جان کرلیں۔ اور چنے کے برابر گولیاں بنالیں۔ ایک گولی صبح اور ایک شام کو تازہ پانی کے ساتھ استعمال کریں۔ نزلہ مزمن کا واحد علاج ہے۔ نیز مقوی بھی ہے۔

(۲) کایا پلٹ چائے:

آم کے پتوں کی چائے پینے سے نزلہ زکام، کمزوری دماغ اور ہچکی دُور ہو جاتی ہے۔ یہ چائے، دست پیچش۔ سنگ رہنی کے مریضوں کو بغیر دودھ کے استعمال کرنی چاہیے۔

اس کے متواتر استعمال سے سیلان الرحم، حیض کی زیادتی، بواسیر خونی اور

سل وغیرہ۔ امراض دور ہو جاتے ہیں۔

ھُوالشافی:۔ آم کے پتے سایہ میں خشک شدہ بطور چائے استعمال کریں۔ اور حسب ضرورت دودھ اور چینی ملا کر نوش فرمائیں۔ کھانسی ہچکی زکام اور ضعیف دماغ کے لیے مفید ہے۔

سر کا گنج

بال انسان کی زیب و زینت کا باعث ہیں۔ ان کے بغیر انسان نہایت بھونڈا اور بھدا معلوم ہوتا ہے۔ چنانچہ گنج وہ منحوس بیماری ہے جو انسان کو بالوں جیسی نعمت سے محروم کردیتی ہے۔ ذیل میں ایک نسخہ عرض کیا جاتا ہے۔ جس سے ازسرنو بال اُگ آتے ہیں۔ اور گنج دور ہو جاتا ہے۔

(۳) بال پیدا کرنے والا روغن آم:

ھوالشافی:۔ آم کا پرانا اچار تلاش کریں۔ اچار جتنا پرانا ہوگا اتنا ہی اچھا ہے۔ ورنہ کم از کم ایک برس کا تو ضرور ہو۔ اس میں سے تیل علیحدہ کرلیں اور کسی شیشی میں ڈال رکھیں۔ روزانہ مالش کیا کریں۔ ان شاء اللہ چند ہفتوں کے استعمال سے بال ازسرنو پیدا ہو جائیں گے۔

(۴) بال سیاہ کرنے کا خوراکی نسخہ

حسب ضرورت کچے آم لے کر روغن کنجد (تلوں کا تیل) اور بھنگرہ سیاہ کے

شیرے میں ڈال کر کسی لوہے کے برتن میں بھر رکھیں اور ایک گڑھا کھود کر اس میں برتن کو دبا دیں۔ چار ماہ گزرنے کے بعد نکال لیں۔ ہر روز صبح کے وقت نہار منہ تھوڑا تھوڑا تناول فرمالیا کریں۔ ان شاء اللہ سفید بال سیاہ بالوں میں تبدیل ہو جائیں گے۔

⑤ دوسرا نسخہ :

ھُوَ الشّافی :۔ آم کے پتے اور شاخیں خشک کر کے باریک پیس لیں۔ اور روزانہ رات سوتے وقت بالوں پر لگائیں۔ صبح اٹھ کر سر دھو لیں۔ چند روز کے استعمال سے بال سیاہ ہو جائیں گے۔ یہ بالوں کو گھنے اور لمبے کرنے کے لیے بھی مجرب ہے۔

⑥ خضاب لاجواب :

آم کی گری، برادہ فولاد، پوست انار، آملہ، ہر ایک چالیس تولے مصطگی سماق، کابلی سُرخ، برگ وسمہ، مازو سبز، بنسلوچن، سپاری، پوست ہرڑ۔ ہر ایک دس تولہ۔ گلاب اور مہندی کے سبز پتے ایک ایک سیر۔

جملہ اشیاء کو چار گنا پانی میں ڈال کر نرم آنچ پر چڑھائیں اور نہایت ہی دھیمی دھیمی آنچ جلاتے رہیں۔ حتیٰ کہ تمام ادویات کی قوت اس پانی میں آجائے۔ اس پانی کا تیسرا حصہ باقی رہ جائے تو نیچے اتار لیں اور ہاتھوں سے خوب مل چھان کر صاف کر لیں۔ بعد ازاں روغن کنجد خالص آدویہ کے مساوی الوزن ملا کر دوبارہ نرم آنچ پر جوش دیں جب تک ذرا سے پانی رہ جائے تو اُتار کر چھان لیں اور دو تین روز رکھ کر خشک کر لیں، بس تیار ہے۔

ضرورت کے وقت نیم گرم پانی میں چند لیموں نچوڑ کر بالوں کو خوب دھوئیں پھر تیل ہذا لگائیں۔ تمام بال سیاہ، ملائم اور چمکیلے ہو جائیں گے

⑦

مغز تخم آم چار تولے۔ ترپھلہ دو تولے وسمہ ایک تولہ، گل کرنا ۲ تولے۔ روغن کنجد چوبیس تولے۔

ترکیب تیاری :۔ ایک لوہے کے برتن میں تمام اشیاء ڈال کر کسی ململ کے کپڑے سے گرد و غبار سے محفوظ رکھنے کے لیے ڈھانپ کر چالیس روز دھوپ میں رکھیں، چالیس روز گزرنے کے بعد روغن کو علیحدہ کر کے کسی شیشی میں ڈال رکھیں اور روزانہ بالوں پر لگایا کریں۔

فوائد :۔ بالوں کی جڑوں کو مضبوط کرتا ہے۔ قبل از وقت سفید نہیں ہونے دیتا۔ بالوں کو بڑھاتا، اور ان کی سیاہی کو برقرار رکھتا ہے۔ نیز دماغ کو قوت بخشتا ہے۔

⑧ روغن خضاب :

حسب ضرورت آم کی گٹھلی کے مغز لے کر بذریعہ پتال جنتر روغن کشید کریں اور بحفاظت کسی شیشی میں لگا رکھیں۔ ضرورت کے وقت بالوں کو صابن سے اچھی طرح دھو کر تیل ہذا لگایا کریں۔ سفید بال نرم چمکیلے اور سیاہ بھنور ہو جائیں گے۔

آنکھ کان اور حلق کی بیماریاں

اس باب میں آنکھوں کی صرف ان امراض کا ذکر کیا جاتا ہے جن کا علاج آم کے ذریعہ ممکن ہے۔ وگرنہ اس موضوع پر تو ہزاروں صفحات پر مشتمل کتب لکھی گئی ہیں۔

آنکھیں دکھنا

اگر آنکھیں دکھنے کا باعث گرمی اور محض گرمی ہو تو لازمی ہے کہ آنکھیں خشک ہوں گی۔ ان سے پانی وغیرہ جاری نہ ہوگا۔ مریض کو آنکھوں میں گرمی سی محسوس ہو گی۔ نیز موسم گرما میں ہی دکھیں گی۔ اور جلن سی معلوم ہوگی۔ ذیل میں آسان سا چٹکلہ ہدیہ ناظرین ہے۔ بنا کر مریضوں کو استعمال کرائیں۔ ان شاء اللہ خاطر خواہ فائدہ ہوگا۔

(۹)

ھُوالشافی:۔ آم کی کچی "امبیاں" پیس کر دکھتی ہوئی آنکھوں پر باندھیں بفضلہ آرام ہو جائے گا۔

گوہانجنی (۱۰)

ھوالشافی:۔ حسب ضرورت درخت آم کے پتے لے کر ان کے درمیان کی سلائیاں نکال لیں۔ پھر تمام سلائیاں جلا کر ان کی راکھ بحفاظت کسی شیشی میں ڈال رکھیں۔ ضرورت کے وقت مریض کی آنکھ میں لگایا کریں۔ خداوند کریم کے

فضل و کرم سے بہت جلد شفا بخشتی ہے۔

(۱۱) دوسرا نسخہ:

ھوالشافی:۔ آم کی شاخ توڑتے وقت جو پانی نکلے، اُسے دن میں تین چار بار گوہانجنی پر لگائیں۔ ان شاء اللہ دو روز میں فائدہ ہوگا۔

گھیری

وہ دانہ جو آنکھ کی پلک میں نکلتا ہے، گھیری کہلاتا ہے۔ مندرجہ ذیل چٹکلہ اس کا مجرب علاج ہے۔

(۱۲)

ھوالشافی:۔ آم کے کچھ تروتازہ اور شاداب پتے توڑ کر ان کی ڈنڈیاں نچوڑ لیں۔ ایک رطوبت سی نکلے گی۔ اس پر ملیں۔ بفضلہ تعالیٰ گھیری دور ہو جائے گی۔

(۱۳) چیچک کا پھولا:

ھُوالشافی:۔ آم توڑتے وقت جو رس نکلے سلائی سے پھولا پر لگائیں۔ ان شاء اللہ آرام ہوگا۔

درد کان

(۱۴) ھوالشافی:۔ آم کے سبز اور شاداب پتے لے کر ان کا عرق نچوڑ لیں۔

پھر قدرے نیم گرم کر کے چند قطرے کان میں ٹپکائیں۔ اِن شاء اللہ درد پہلی دفعہ ہی بند ہو جائے گا۔ ورنہ دوبارہ پھر یہی عمل کریں۔

منہ کی بدبو

(۱۵) ھو الشافی:۔ روزانہ صبح کے وقت ضروری حوائج سے فارغ ہو کر آم کی لکڑی سے مسواک کیا کریں۔ ان شاء اللہ جلد ہی منہ کی بدبُو دور ہو جائے گی۔

(۱۶) ــــــــ زخم حلق

خواہ ناک اور تالو کی راہ ایک ہو گئی ہو تو بھی شفا بخشتا ہے۔

ھُو الشافی:۔ آم کے پتے جو خود بخود ہوا سے گر گئے ہوں۔ حسبِ ضرورت لے کر مل کر چلم میں رکھ کر تمباکو کی طرح پلائیں۔ اِن شاء اللہ چالیس یوم میں مکمل صحت ہو جائے گی۔

ناک اور دانت کی بیماریاں

ناک کی بیماریوں میں سے نکسیر اور دانت کے امراض میں سے مسوڑھوں کا ورم، دانت درد اور دانتوں کے میلا پن کے لیے آم کسی نہ کسی شکل میں مفید ہے

(۱۷)

ھُو الشافی:۔ آم کی گٹھلی کی مینگ کا رس ناک میں سعوط کرائیں بفضلہٖ نکسیر کی بہتی ہوئی ندی بند ہو جائے گی۔

(۱۸) خشک نسوار:

ھُو الشافی:۔ حسب ضرورت آم کی گٹھلی کی مینگ کے سفوف کی نسوار بنا کر کسی شیشی میں رکھیں۔ ضرورت کے وقت مریض کو سونگھائیں۔ اِن شاء اللہ نکسیر بند ہو جائے گی۔

(۱۹)

ھُو الشافی:۔ آم کے درخت کے پھول یعنی بور کو لے کر باریک پیس کر کسی شیشی میں لگا رکھیں بوقت ضرورت مریض کو سونگھائیں بفضلہٖ نکسیر فوراً بند ہو جائے گی۔

(۲۰) درد دانت:

ھُو الشافی:۔ پوست درخت آم، پوست درخت جامن، پوست

کوار، پوست درخت بڑ گد، تمام کو مساوی الوزن لے کر جو کوب کریں اور سولہ گنا پانی میں جوش دے کر کلیاں کرائیں۔ ان شاء اللہ دانت کا درد بند ہو جائے گا۔

(۲۱) ورم لثہ :

ھُوالشافی:۔ انجور حسب ضرورت پانی میں بھگو کر خوب باریک پیس کر اس کی کلیاں کیا کریں۔ ان شاء اللہ مسوڑھوں کا ورم اور درد مٹ جائیگا۔

(۲۲) مفید الاثر پٹکی :

ھُوالشافی:۔ آم کے پتے اور پھول حسب ضرورت لے کر پانی میں پیس کر، یا پتے اور پھول لے کر خشک سفوف کر رکھیں۔ ضرورت کے وقت چٹکی بھر لے کر پانی میں حل کر کے کلی کریں۔ بفضلہٖ تعالیٰ اس سے دانت اور مسوڑھے مضبوط ہو جائیں گے۔ نیز آم کی لکڑی سے مسواک کیا کریں۔

(۲۳) منجن :

یہ منجن دانتوں کو مضبوط کرنے کے علاوہ ان کو سفید اور چمکدار بناتا ہے۔ مسوڑھوں سے خون آنے کو بند کرتا ہے۔ نیز اگر یہی سفوف دہی کے ساتھ استعمال کرایا جائے تو دستوں کو بند کرتا ہے۔ نکسیر کے لیے بھی بدرجہ غایت مفید ہے۔

ھُوالشافی:۔ آم کی کونپلیں، پھول اور آم کی لکڑی کی راکھ مساوی الوزن لے کر منجن بنالیں۔ روزانہ صبح کے وقت مناسب مقدار میں دانتوں پر ملا کریں۔

معدہ اور آنتوں کی بیماریاں

درد شکم واؤ گولہ

(۲۴) حکایت :

موضع کورٹ فتوحی میں ایک بوڑھی عورت واؤ گولہ شکم سے سخت لاچار تھی۔ یہاں تک کہ نشست و برخاست سے مجبور تھی۔ مجھے گھر پر بلایا گیا، مریضہ کو دیکھنے کے بعد دو تین کھاری جلاب دیئے گئے۔ مگر درد کو افاقہ برائے نام ہی ہوا۔ کئی ایک دوائیں دی گئیں۔ ضماد وغیرہ کرائے گئے۔ مگر بہتری کی کوئی صورت نظر نہ آئی۔ اس عالم تشویش میں مجھے آم کے پتوں والے نسخے کی سوجھی۔ فوراً خشک شدہ پتے منگوا کر باریک کیے گئے۔ اور چلم میں تمباکو کی جگہ رکھ کر کش لگوایا گیا۔ —— ایک دو کش میں درد سے کافی حد تک افاقہ ہو گیا، صبح و شام یہی کش لگوائے گئے اس کے بعد یہ مرض عود کر نہیں آیا۔

ضعفِ ہضم

(۲۵) ہاضمہ کی کمزوری کے لیے آم کا رس ۵ تولہ، سونٹھ ۲ ماشہ پیس کر ملائیں اور صبح کے وقت پلائیں۔

ہچکی

(۲۶) ھوالشافی:۔ آم کے خشک پتے دو تولے لے کر حقے کی چلم میں رکھ کر مریض کو پلائیں۔ خداوند کریم کے فضل و کرم سے ہچکی فوراً بند ہو جائے گی۔ مجرب ہے۔

قے بند کرنا

(۲۷) ھوالشافی:۔ برگ آم، پودینہ کے پتے ہموزن لے کر جوشاندہ تیار کریں، اور تدرے شہد ملا کر مریض کو پلائیں۔ بفضلہ قے فوراً بند ہو جائے گی۔

بچوں کی قے بند کرنا

(۲۸) ھُوالشافی:۔ آم کی گٹھلی کی مینگ بقدر ایک رتی بیل گری کے ساتھ دیں قے فی الفور بند ہو جائیں گی۔

(۲۹)

ھُوالشافی:۔ آم کی گٹھلی کا مغز۔ دھان کی کھیل، سیندھا، ہر ایک اور پودینہ کو برابر وزن لے کر سفوف تیار کریں۔ اور ضرورت کے وقت ایک ماشہ سفوف شہد خالص میں ملا کر بچہ کو کھلائیں۔ اِن شاءاللہ قے فوراً بند ہو جائے گی۔

مسمّن بدن

دُبلا پتلا آدمی خواہ کتنا ہی ذہین و فطین کیوں نہ ہو اس کی شخصیت کا اثر دیکھنے

والے پر کم ہی ہوتا ہے۔ اس کے برعکس الفربہ خواہ مخواہ کی ضرب المثل مشہور ہے بدن کو موٹا تازہ کرنے کے لیے چند نسخے پیش خدمت ہیں۔

(۳۰)

ھُوالشافی:۔ ہر روز دوپہر کے کھانے کے بعد چند میٹھے آم کھا کر اوپر سے دودھ پی لیں۔ دنوں میں ہی بدن قوی ہو جائے گا۔

(۳۱)

ہر روز صبح کو خوب پکے ہوئے میٹھے آم چوسیں اور گرم دودھ میں سونٹھ اور چھوہارے ڈال کر استعمال کریں۔ جسم مضبوط ہو گا، اور طاقت بڑھے گی۔

اسہال

آم کے کثرت استعمال کی بنا پر دست شروع ہونے کا احتمال ہوتا ہے اور بعض اوقات گرمی کی وجہ سے دست آنے لگتے ہیں۔ اس کے علاج کے لیے قدرت نے آم ہی کے ایک بظاہر ناکارہ جزو گٹھلی کو اس کا تریاق بنایا ہے۔ نسخہ درج ذیل ہے۔

(۳۲)

ھُوالشافی:۔ آم کھانے کے بعد آم کی گٹھلی کی مینگ نکال کر کھائیں اگر مزاج میں خشکی ہو، تو دودھ بھی نوش فرمائیں۔ دستوں کو دور کرنے کے لیے بے حد مفید ہے۔

(۳۳)

پُرانے دستوں کے لیے آم کی گٹھلی کی تین سالہ پرانی مینگ تریاقی صفات رکھتی ہے۔ اس کو پیس کر چھ ماشہ کی مقدار میں ہمراہ دودھ گائے پھانک لیں۔ پُرانے دستوں اور پیشاب کی زیادتی کے لیے اکسیر ہے۔

(۳۴)

هُوالشافی :۔ آم کی [illegible] پیس کر چھان لیں، پانی میں حل کر کے قدرے شکر سفید ملا کر مریض کو پلائیں۔ دوا کے حلق سے نیچے اترتے ہی دست فوراً بند ہو جاتے ہیں۔ غضب کا چٹکلہ ہے۔ ہتھیلی پر سرسوں جمانا اسی کا نام ہے۔

(۳۵)

هُوالشافی :۔ آم کی چھال لے کر دہی کے پانی کے ساتھ پیس کر ضماد کریں۔ اور مریض کی ناف کے گرداگرد لیپ کر دیں۔ ان شاءاللہ دست فوراً بند ہو جائیں گے۔

(۳۶)

جوان آدمیوں کے دست بند کرنے کے لیے بہت ہی مفید ہے۔

هُوالشافی :۔ آم کی گٹھلی کی مینگ، اندرجو، مساوی الوزن لے کر پیس کر سفوف بنالیں۔

خوراک :۔ ایک ماشہ سفوف کی پھکی دن میں دو تین بار دیں۔ بفضلہ دست اور اگول مٹ جائیں گے۔

(۳۷)

یہ ایک عجوبہ ہے۔ کہ ناف پر ایک دوائی کے لیپ [illegible] ہو جاتے ہیں۔ نہ کوئی دوائی کھانی پڑتی ہے۔ اور نہ کوئی نزدا کسیر عرق استعمال کرنا پڑتا ہے۔ نسخہ یہ ہے۔

هُوالشافی :۔ آم کی گٹھلی کی مینگ پیس کر کانجی شامل کر کے ناف پر لیپ کریں۔

اِسہال خونی

(۳۸) هُوالشافی :۔ آم کی گٹھلی بھون لیں۔ اور اس کے ہم وزن دانہ الائچی خورد ملا دیں، اور خوب باریک کر کے دو ماشہ سے تین ماشہ تک ہمراہ آب سرد دیں: بلغمی دستوں کے لیے مفید ہے۔

پرانے دست

(۳۹) حسب ضرورت آم کے سوکھے ہوئے پھولوں کا جوشاندہ ہر روز صبح کے وقت نہار منہ پلا دیا کریں۔ اس جوشاندہ سے کہنہ سے کہنہ دست رُک جاتے ہیں۔

افیون کے دست

(۴۰) هُوالشافی :۔ خستہ آم، مغز بیل گری، موچرس، جوز لوا، افیون، گل دھاوا، رال سب مساوی الوزن لے کر باریک کریں اور قدرے مریض کو کھلائیں

اِن شاء اللہ دست بند ہو جائیں گے۔

آنتوں کا ڈھیلا پن

(۴۱) ھُوالشّافی:۔ مریض کو روزانہ صبح کے وقت نہار منہ آم کی سینکی ہوئی گٹھلی کی مینگ کھلایا کریں۔ ہفتہ عشرہ کے استعمال سے آنتوں کا ڈھیلا پن دُور ہو جاتا ہے۔

ہیضہ کے دست بند کرنا

(۴۲) ھُوالشّافی:۔ آم کے پتوں کی ڈنڈیاں، مرچ سیاہ حسب ضرورت مساوی مساوی لے کر خوب پیسیں اور نخودی گولیاں بنالیں ضرورت کے وقت کام میں لائیں خداوند کریم کے فضل و کرم سے ہیضے کے دست اور قے بند ہو جائیں گے۔ مجرب اور آزمودہ ہے۔

ہیضہ اور طاعون

(۴۳) ہر دو امراض کے دنوں میں آم کا اچار حفظ ما تقدم کے لیے استعمال کرنا ان سے محفوظ اور امن میں رکھتا ہے اور ان عوارض میں مبتلا ہونے کا اندیشہ اُٹھ جاتا ہے۔

پیچش

(۴۴) آم کی پرانی گٹھلی کو پیس کر سفوف بنائیں۔ اور ایک حصہ سفوف میں شکر

نصف حصہ ملا کر چھ ماشہ آب تازہ سے دیں پیچش کے لیے اکسیری چیز ہے۔

سنگرہنی

(۴۵) ھُوالشّافی:۔ آم کی گٹھلی کا مغز، گل انار، پوست خشخاش ہم وزن باریک پیس لیں۔

ترکیب استعمال:۔ تین ماشہ پانی سے دن میں تین بار دیں۔

(۴۶) حبوب سنگرہنی

سنگرہنی کے لیے یہ حبوب نہایت مفید ہے بنا کر فائدہ اُٹھائیں۔

(۴۶) ھُوالشّافی:۔ برگ آم، برگ جامن، سیماب، گندھک آملہ سار، افیون۔ جملہ ادویہ حسب ضرورت مساوی الوزن لے کر ایک ایک رتی کی گولیاں بنائیں صبح کے وقت ایک گولی مریض کو دہی کی لسی کے ہمراہ کھلایا کریں۔ اِن شاء اللہ چند روز کے استعمال سے مکمل آرام ہو جائے گا۔ بار ہا کا مجرب اور آزمودہ ہے۔

کدو دانے

(۴۷) ھوالشّافی:۔ آم کی گٹھلی جو کچی کڑوی ہو روزانہ مریض کو کھلایا کریں۔ ان سے ان شاء اللہ کرم امعاء مر جاتے ہیں۔

(۴۸)

ھوالشّافی:۔ آم کی گٹھلی کی مینگ ۲ ماشے روزانہ نہار منہ دیا کریں بفضلہ

ایک ہفتے میں آنتوں کے کیڑے مرجائیں گے تجربہ کریں۔

بواسیر ہر قسم!

(۴۹) ھو الشافی:۔ آم اور جامن کے پتوں کو علیحدہ علیحدہ کچل کر سوا سوا تولہ خالص رس نکلوا کر ایک پاؤ دودھ میں شامل کریں۔ اور قدرے چینی سفید ملا کر مریض کو پلائیں ایک ہفتہ تک یہی عمل جاری رکھیں۔ خدا کے فضل وکرم سے بواسیر ہر قسم کی دور ہو جائے گی۔

بواسیر کا خون بند کرنا

(۵۰) ھُو الشافی:۔ آم کی نرم نرم کونپلیں لے کر خوب باریک پیس لیں پھر چھان کر قدرے چینی سفید ملا کر مریض کو پلائیں بفضلہٖ خون بند ہو جائے گا۔

نوٹ:۔ خوب یاد رہے کہ بواسیر کے خون کو ایک دم بند کرنے پر آمادہ نہ ہو جائیں۔ کیونکہ ایک دم خون کو روکنا خطرناک ہوتا ہے۔ اور اس سے اَستسقاء وغیرہ ہونے کا اندیشہ ہوتا ہے۔ لیکن زیادہ ضعف کی وجہ سے جب مریض لاغر ہو گیا ہو تو ایسی حالت میں خون بند کرنا ہی بہتر ہوتا ہے۔

(۵۱)

ھُو الشافی:۔ آم کے سبز پتوں کی ایک ٹکیہ سی بنا کر چلم میں رکھ کر مریض کو پلائیں خون بند ہو جائے گا۔

(۵۲) آسان چٹکلہ:

ھو الشافی:۔ چھال، برگ آم، برگ جامن کا جوشاندہ تیار کر کے روزانہ مقعد کو اس سے دھویا کریں۔ کچھ دن یہی عمل کرتے رہیں۔ ان شاء اللہ بواسیر مٹ جائیگی

(۵۳)

آم کے تمام اجزا بواسیر کے لیے انتہائی فائدہ مند ہیں۔ ذیل میں چند نسخے درج کیے جاتے ہیں۔

ھُو الشافی:۔ آم کے سبز پتے ہاتھوں سے خوب مل کر تمباکو کی جگہ چلم میں رکھ دیں، اور حقہ پئیں چند روز کے استعمال سے خونی اور بادی بواسیر دور ہو جائے گی۔

(۵۴)

آم کی کونپلوں کا شیرہ نکال لیں اور اس میں ہم وزن مصری شامل کریں۔ ہر روز دو تولہ صبح دو تولہ شام استعمال کرنے سے خونی بواسیر بند ہو جاتی ہے۔

(۵۵)

آم جامن اور املی کے پتے ساڑھے تین تین تولے کر پیس لیں۔ اور ان کا شیرہ گائے کے آدھ سیر دودھ میں ملا کر بوقت عصر پئیں۔ ایک ہفتہ کے باپرہیز استعمال سے خونی اور بادی بواسیر رفع دفع ہو جائے گی۔

پرہیز:۔ ترش اور بادی اشیاء سے۔

(۵۶)

هُوالشافی:۔ آم کے سوکھے ہوئے پتوں کو کوٹ کر سفوف بنائیں دو اینٹیں رکھ کر قدمچہ بنائیں۔ اور ان اینٹوں کے درمیان اُپلہ کا انگارہ رکھ کر اس پر سفوف ڈالیں اور مریض اینٹوں پر بیٹھ کر ایک کپڑا کمر سے لپیٹ لے تاکہ دھواں باہر نہ جائے بلکہ مسوں کو لگے۔ پانچ سات روز کے عمل سے مسے مرجھا جائیں گے۔

(ہندوستان کی جڑی بوٹیاں)

آنتوں کے کیڑے

(۵۷) آم کی گٹھلی کا مینگ ڈیڑھ ماشہ لے کر پانی کے ہمراہ استعمال کریں۔ آنتوں کے کیڑے اور خونی بواسیر دور ہو جائے گی۔

(۵۸)

آم کی کچی گٹھلی کڑوی ہوتی ہے۔ مگر اس کے کھانے سے آنتوں کے کیڑے نکل جاتے ہیں۔

گُردہ اور مثانہ کی بیماریاں

سوزاک

(۵۹) آم کے درخت کی چھال چھیل کر جوکوب کر کے رات کو ایک پاؤ پانی میں سات ماشہ کی مقدار میں بھگو دیں اور صبح کو پن چھان کر نوش جان فرمائیں۔ ایک ہفتہ کے استعمال سے سوزاک رفع ہو جائے گا۔

(۶۰)

آم کی گٹھلی کو عام طور پر فضول سمجھ کر پھینک دیا جاتا ہے۔ لیکن شاخی حقیقی نے اس میں ایسے ایسے فوائد نہاں کئے ہیں جنھیں دیکھ کر عقل دنگ رہ جاتی ہے اسی بناء پر آم کے آم گٹھلیوں کے دام مقولہ مشہور ہے۔

هُوالشافی:۔ آم کی گٹھلی کی مینگ کو پیس کر اس میں ہم وزن آٹا گندم شامل کریں اور گھی میں بھون کر چینی ملا کر حلوہ تیار کریں۔ یہ حلوہ سوزاک کیلئے بے حد مفید ہے۔

(۶۱) سفوف دافع سوزاک:

یہ سفوف مرض خواہ نیا ہو یا پُرانا ہر دو حالتوں میں آب حیات سے کسی طرح

بھی کم نہیں ۔ ایک دو ہفتے کے استعمال کرنے سے اِن شاء اللہ مرض بیخ و بن سے اُڑ جاتا ہے ۔ پیپ آنا چوبیس گھنٹے کے اندر اندر بند کر دیتا ہے اور پیشاب بھی کھل کر آنے لگتا ہے ۔ کسی قسم کی تکلیف وغیرہ نہیں ہوتی ۔ بنا کر قدرت خدا کا مشاہدہ کریں ۔ نسخہ حسب ذیل ہے ۔

هُو الشافی :۔ آم کے خشک پھول ، الائچی خورد ، بھنگرہ سفید پھول والا جو تالابوں کے کنارے بکثرت پیدا ہوتا ہے ۔ مساوی الوزن لے کر سفوف تیار کر کے کسی شیشی میں لگا رکھیں ۔ اور صبح کے وقت نہار منہ سفوف ہذا کی ایک تولہ کی پھنکی دیا کریں ۔

(۶۲)

هُوالشافی :۔ آم کی چھال کو جو کوب کر کے بقدر سات ماشے رات کو بھگو دیں اور روزانہ صبح کو صاف کر کے مریض کو پلا دیا کریں ۔ ان شاء اللہ سوزاک نیست و نابود ہو جائے گا ۔

پیشاب بند ہو جانا

(۶۳) هُوالشافی :۔ آم کی جڑ کا چھلکا ۔ برگ شیشم ایک ایک تولہ لے کر ایک سیر پانی میں ڈال کر جوشائیں ۔ جب پانی صرف ڈیڑھ پاؤ رہ جائے ۔ تو نیچے اُتار لیں اور سرد ہونے پر چھان لیں ۔ پھر چار تولے مصری ملا کر مریض کو پلائیں ۔ بفضلہ پیشاب فوراً کھل کر آ جائے گا ۔

سنگِ مثانہ

(۶۴) هو الشافی :۔ مریض کو روزانہ صبح کے وقت نہار منہ کچے آم کھلایا کریں ان شاء اللہ چند روز کے استعمال سے معمولی پتھری تحلیل ہو کر شفاء ہو جائے گی ۔

(۶۵)

هُو الشافی :۔ آم کے زرد پتے سایہ میں خشک کر کے سفوف بنائیں ۔ اور بقدر چھ ماشہ روزانہ باسی پانی سے استعمال کرائیں ۔ پندرہ بیس روز میں ریت کنکر رفع ہو جائے گی ۔

اکسیر ذیابیطس

ذیابیطس جیسی ہٹیلی مرض جو قیمتی ادویہ سے بھی نہیں جاتی ۔ اس کے علاج کے لیے ایک اکسیری دوا ہر سال ہیروں آپ کے پاؤں تلے روندی جاتی ہے ۔ یہ آم کے پتے ہیں ۔

(۶۶)

هُو الشافی :۔ برگ آم جو خود بخود جھڑ جائیں ۔ اکٹھے کر کے سایہ میں خشک کر کے باریک کریں پس اکسیری دوائی تیار ہے ڈیڑھ ماشہ صبح و شام آب تازہ کے ساتھ دیں ۔

جلد کی بیماریاں

ناسُور

(۶۷) ھو الشافی:۔ زخم کو نیم کے پتوں میں جوش شدہ پانی سے اچھی طرح صاف کر کے آم کے گوند کا لیپ کریں جب تک زخم مندمل ہو کر اچھا نہ ہو جائے گوند ہرگز نہ اُترے گا۔ چنانچہ ناسور بہت جلد اچھا ہو جاتا ہے۔

داد

(۶۸) ھُو الشافی:۔ انجور اور سیندھا نمک پانی میں پیس کر داد پر لیپ کیا کریں۔ بفضلہٖ بہت جلد ہی شفاء ہو جائے گی۔

کوڑھ

(۶۹) ھُو الشافی:۔ آم کی گٹھلی کا مغز، سیندھا نمک مساوی الوزن ضرورت کے مطابق لے کر کسی تانبے کے برتن میں لیپ سا تیار کریں اور مریض کے جسم پر ضماد کریں۔ روزانہ یہی عمل کیا کریں۔ ان شاء اللہ جلد ہی شفا ہو جائے گی۔

چھائیاں اور سیاہ داغ

چہرے سے چھائیاں اور سیاہ داغ دُور کرنے کے لیے مندرجہ ذیل چٹکلہ

نہایت مفید ہے۔ آپ بھی یقیناً آزمائش کرنے پر اس کی صداقت کے قائل ہو جائیں گے۔

(۷۰)

ھُوالشافی:۔ رات کے وقت آم اور جامن کی گٹھلی کا مغز پانی میں گھس کر چہرہ پر لیپ کیا کریں۔ اور صبح کے وقت گرم پانی اور صابن سے دھو دیا کریں۔ ان شاء اللہ چند بار کے لیپ کرنے سے تمام چھائیاں اور سیاہ داغ مٹ جائیں گے۔

خارش

(۷۱) خارش اور جلد کی دوسری امراض کے لیے آم کے درخت کی گوند کو لیموں کے رس یا تیل سرسوں میں ملا کر خارش کے مقام پر لگانے سے فائدہ ہوتا ہے۔

چنبل

(۷۲) ھُوالشافی:۔ آم کی گٹھلی کا مغز، سیندھا نمک ہر دو کسی تانبے کے برتن میں گھس کر چنبل پر لیپ کریں۔ کچھ دن یوں ہی لیپ کرتے رہیں۔ ان شاء اللہ تھوڑے ہی عرصے میں چنبل رفع دفع ہو جائے گی۔

بال توڑ پھنسی

(۷۳) ھُوالشافی:۔ کچے آم کی گٹھلی لے کر کسی پتھر کے سِل بٹے پر گھس کر پھنسی پر لیپ کریں۔ کچھ دن یونہی لیپ کرتے رہیں۔ ان شاء اللہ جلد ہی پھنسی یا تو سر طیلانے

گی یا زم ہو کر پھٹ جائے گی۔ مجرب اور آزمودہ ہے۔

زخم

(۷۴) سردیوں میں پاؤں پھٹ جائیں یا انگلیوں کی درمیانی جگہ پر زخم ہو جائیں تو آم کی چھال یا پتوں کا رس نکال کر زخم پر لگائیں چند روز میں فائدہ ہوگا۔

بوائی پھٹنا

(۷۵) ھُوالشافی:۔ حسب ضرورت آم کے پتے لے کر ان کا رس نچوڑ لیں۔ پاؤں یا انگلیوں کے درمیان جہاں کہیں بوائیاں ہوں لگائیں۔ اِن شاء اللہ شفا ہو جائے گی۔

(۷۶)

ھُوالشافی:۔ حسب ضرورت آم کی گوند لے کر قدرے گرم کریں۔ اور بوائی میں بھر دیں۔ بفضلہ آرام آجائے گا۔

خونِ زخم بند کرنا

(۷۷) ھُوالشافی:۔ حسب ضرورت درخت آم کے پتے اور لکڑیاں جلا کر راکھ حاصل کریں اور کسی شیشی میں سنبھال رکھیں۔ ضرورت کے وقت زخم پر چھڑکیں بفضلہ خون فوراً بند ہو جائے گا۔

مردوں اور عورتوں کی خاص بیماریاں

امراض مخصوصہ مرداں و زنان کے لیے لوگ ہزار ہا روپیہ ضائع کرتے ہیں اور اناڑی حکیموں اور ماہرین خصوصی کے چنگل میں پھنس کر رہی سہی صحت بھی برباد کر بیٹھتے ہیں۔ ان اہم امراض کے لیے آسان اور سستے نسخے درج ذیل ہیں۔

جریان

(۷۸) ھُوالشافی:۔ درخت آم کے بور کا سفوف حسب ضرورت تیار کریں۔ روزانہ صبح کے وقت مریض کو شکر کے ہمراہ کھلایا کریں۔ خداوند کریم کے فضل و کرم سے جریان کا مرض چلا جائے گا۔

سُرعت انزال

(۷۹) ھُوالشافی حسب ضرورت کچے آم جن میں ابھی تک گٹھلی نہ پڑی ہو۔ لے کر سائے میں خشک کر کے، پیس کر بحفاظت رکھیں۔ ہر روز صبح کے وقت نہار منہ اس میں سے چودہ ماشے سفوف لے کر قدرے چینی ملا کر مریض کو کھلایا کریں۔ اِن شاء اللہ چند روز میں سرعتِ انزال رفع ہو جائے گی۔

مغلظ منی

(۸۰) ھُوالشافی:۔ آم کے پھول کوٹ پیس کر سفوف بنا کر اس کے ہموزن شکر سفید ملا کر ایک تولہ صبح و ایک تولہ شام کو پھنکا دیا کریں۔ یہ نسخہ بے حد مغلظ منی ثابت ہوگا۔

مفیدُ الاثر ضمادِ مجلوق

(۸۱) ھُوالشافی:۔ حسب ضرورت آم کا چیپ لے کر عضو مخصوص پر ضماد کیا کریں۔ اس سے رگوں کا اندرونی پانی خارج ہو کر سمیّت جلق کا ازالہ ہو جاتا ہے۔

اسقاطِ حمل

(۸۲) اگر کسی صورت میں طبّی ضرورت کے لیے حمل گرانے کی ضرورت درپیش آئے تو حاملہ کو کچے آم نہار منہ کھلایا کریں۔ اس سے یقینی طور حمل خارج ہو جائے گا۔

(۸۳) مضیق:

ھُوالشافی:۔ برگ آم گھوٹ کر پوٹلی بنا کر صبح و شام رحم میں رکھوائیں بوڑھی عورت بھی مثل باکرہ کے ہوگی۔

بخار

گرمی کی وجہ سے ہونے والے بخار کے لیے گرمی میں پیدا ہونے والے پھل آم کے ذریعہ علاج کے ۳ نسخے درج ذیل ہیں۔

صفراوی بخار

(۸۴) ھُوالشافی:۔ کچے آم کو آگ میں بھلبھلا کر اس کا رس نچوڑ لیں۔ پھر اس میں قدرے چینی ملا کر برف سے ٹھنڈا کر کے پلائیں لو لگنے اور اس سے غشی پیدا ہونے، زہریلی ہواؤں کے اثرات اور اس سے تپ میں مبتلا ہونے اور حدت گرمی کو دور کرنے۔ صفرا کے جوش کو توڑنے تشنگی کو مٹانے اور تسکین بخشنے میں بدرجہ غایت مؤثر اور زود اثر ہے۔

بیہوشی کو دور کرنا

(۸۵) ھُوالشافی:۔ آم کی گٹھلی، بیل گری مساوی الوزن لے کر مناسب مقدار پانی میں جوش دیں۔ سرد ہونے پر قدرے چینی ملا کر مریض کو پلائیں۔ بفضلہٖ مریض ہوش میں آ جائے گا۔

(۸۶) بخار روک:

ھُوالشافی:۔ آم کی جڑ مریض کے ہاتھ پر باندھ دیں۔ ان شاء اللہ بخار اُتر جائے گا۔ اگر بخار چڑھنے سے پیشتر باندھ دی جائے تو بخار چڑھے گا ہی نہیں۔

Scanned by CamScanner

زہروں کا علاج

۸۷) کراماتی ہاتھ :

آم کا وہ بور جو موسم خزاں کے بعد درخت پر آتا ہے ۔ جس کو آپ پہلے ہی روز دیکھیں اس کو توڑ کر دونوں ہاتھوں سے مل ڈالیں ۔ اور اس کے بعد تین چار گھنٹے تک پانی سے ہاتھ نہ دھوئیں ۔ کراماتی ہاتھ تیار ہو گئے ۔ جس کسی کو بھڑ بچھو، سانپ، شہد کی مکھی وغیرہ زہریلی چیزیں کاٹیں ۔ ڈنک مارنے کی جگہ کو ہاتھ سے مل دیں ۔ سوج اور درد غائب ہو جائے گی۔

اس کی تاثیر ایک سال تک رہے گی ۔ اگلے سال پھر اسی طرح کریں اس سے ایک سال تک سانپ کا خطرہ دور ہو جاتا ہے ۔

۸۸) مارگزیدہ کا علاج :

ھُوالشافی :۔ آم کی گٹھلیاں دو عدد ۔ مرچ سیاہ تین دانہ دونوں کو پانی میں رگڑ کر پلائیں ۔ اگر سانپ نے کاٹا ہو گا ۔ تو سردی محسوس ہو گی ۔ اور زہر رفع ہو جائے گا ۔

۸۹) بچھو کاٹے کا علاج :

آم کی گٹھلی کو پانی میں رگڑ کر نیم گرم لیپ کریں ۔ زہر دور ہو گا ۔

۹۰) بھڑ کے کاٹے کا آسان علاج :

ھُوالشافی :۔ انجیر، بیجی، انگور، انگور کی لکڑی کی راکھ، ہڑتال سُرخ، نوشادر لے کر سرکہ میں ضماد تیار کریں ۔ مقام ماؤف پہ پے در پے لیپ کر دیا کریں اِن شاء اللہ چند گھنٹوں میں آرام ہو جائے گا ۔ مجرب اور آزمودہ ہے ۔

آم کے مرکبات

(۹۱) آم کا حلوہ:

جوکہ مولد منی ہے اور قوت باہ میں غیر معمولی اضافہ کرتا ہے۔

شیرہ پختہ شیریں آم تین سیر۔ شکر سفید ایک سیر۔ روغن زرد (گھی) ایک پاؤ۔ گائے کا دودھ ایک سیر۔ شہد خالص ایک سیر چار چھٹانک سب کا حسب دستور معروف قوام تیار کریں۔ اور مندرجہ ذیل تین سفوف شامل کرکے استعمال میں لائیں۔

سفوف نمبر (۱) سونٹھ چار تولے، بہمن سرخ چار تولے، بہمن سفید چار تولے موصلی سیاہ چار تولے، موصلی سنبھل چار تولے۔

سفوف نمبر (۲):- پیپل تین ماشے، خولنجاں تین ماشے، ساذج ہندی تین ماشے۔

سفوف نمبر (۳):- ثعلب مصری چار تولے، مغز بادام چار تولے، مغز تخم خربوزہ چار تولے، شقاقل چار تولے، آرد سنگھاڑا چار تولے، خرما چار تولے۔

خوراک:- حسب طاقت مریض استعمال کریں۔

(۹۲) معجون آم:

پختہ اور شیریں آموں کا رس بارہ سیر آٹھ چھٹانک۔ لیکن رس میں بالکل ریشے نہ ہوں، لے کر کسی قلعی شدہ دیگ میں دھیمی دھیمی آنچ پر پکائیں جب رس صرف ایک چوتھائی باقی رہ جائے تو نیچے اتار کر کسی چینی کے برتن میں نکال لیں۔ پھر اس دیگ میں بارہ چھٹانک گھی ڈال کر مدھم آنچ پر رکھیں۔ اور عصارہ رس آموں کا اس میں ڈال کر بھونیں۔ بعدازاں سوا تین سیر شکر سفید کا قوام جو قبل ازیں تیار کرکے رکھا گیا ہو شامل کریں۔ جب قوام قریب قریب معجون کے ہو جائے تو مندرجہ ذیل ادویہ کا سفوف بھی ملا دیں۔

دھنیا۔ زیرہ سیاہ۔ بترج۔ چترک۔ موتھاں۔ دارچینی۔ کلونجی۔ پپلامول۔ ناگ کیسر۔ الائچی۔ لونگ۔ جائفل ہر ایک چار تولے۔ سونٹھ تیس تولے مرچ سیاہ سولہ تولے۔ پیپلی آٹھ تولے۔ جب قوام مکمل ہو جائے تو شہد ۳۲ تولے ملا دیں بس تیار ہے۔

مقدار خوراک:- چھ ماشے سے ایک تولہ تک۔

(۹۳ ـــــــ آم پاک

از جناب پنڈت پیارے لال صاحب شرما

یہ آیورویدک کا ایک چمکتا ہوا ستارہ ہے۔ یوگ چنتا میں اس کے اوصاف

اس طرح تحریر ہیں۔ آم پاک کو چار تولے روزانہ صبح استعمال کرنے سے بدہضمی، سخت سے سخت کھانسی، دمہ، دبلے ہوتے جانا، زکام، نزلہ، تلی، جگر کا بڑھنا، تھکاوٹ آواز بیٹھ جانا، ضعف جگر، سر درد، کھجلی، چھپاکی وغیرہ کو دور کر کے جسم کو کندن کی طرح بنا دیتا ہے۔ اس کے کھانے سے بوڑھا بھی جوان ہو جاتا ہے اور سو برس کی عمر پاتا ہے۔ جس عورت کو اسقاط حمل ہو جاتا ہے۔ اگر باقاعدہ آم کھائے تو خوبصورت اور عقل مند اولاد ہوتی ہے۔ بانجھ اگر کھائے تو اولاد ہو۔ اس کے روزانہ استعمال کرنے سے ہاتھی کی طرح سی طاقت ہوتی ہے۔ جماع میں گھوڑے کی طرح سے دسوں عورتوں کو حیران کر دیتا ہے۔ یہ پاک برہما نے بھر گو رشی کو بتلایا تھا۔ اوپر تحریر شدہ تعریف کے علاوہ اب ہم اپنی طرف سے کیا لکھیں، اس کو صبح ہی کھا کر اوپر سے دودھ استعمال کرنا چاہیے۔ نسخہ اس عجیب پاک کا یہ ہے۔

عمدہ پکے ہوئے میٹھے آم جیسے (لنگڑہ وغیرہ قلمی ہوتے ہیں) لے کر رس نکال لیں۔ اس رس کو قلعی دار دیگچی میں چھان لیں۔ تاکہ رس بالکل صاف ہو جائے رس نکالتے وقت لوہے کی چھلنی وغیرہ سے احتیاط رکھیں۔ اور رس کو نکال کر دیر تک نہ رہنے دیں۔ ورنہ جوش پیدا ہو جاتا ہے۔ اگر آٹھ سیر رس ہو تو دو سیر کھانڈ دیسی عمدہ ملا دیں۔ گھی گائے کا ایک سیر، پانی دو سیر ڈال کر ساتھ میں سونٹھ ایک پاؤ۔ مرچ سیاہ آدھ پاؤ، پیپل ایک چھٹانک۔ کپڑ چھان کر ملا دیں۔ اور مٹی کے برتن میں ڈال کر نرم آنچ سے پکائیں۔ لکڑی کی کڑچھی سے چلاتے رہیں۔ جب پک جائے تو مندرجہ ذیل ادویات ملا دیں۔ اس کے پکنے کا جاننا تجربہ کا کام ہے کیونکہ کچا رہنے سے تھوڑے دنوں میں خراب ہو جاتا ہے ٹھیک سے پکا ہوا ایک سال تک رہ سکتا ہے۔

پکتے پکتے گھی ایک بار تو جذب ہو جاتا ہے۔ لیکن جب ٹھیک پک جاتا ہے، تو گھی علیحدہ ہو جاتا ہے۔ وہی وقت دیگر ادویات ڈالنے کا ہے۔ لہٰذا اس وقت سفوف ادویات جو اس وقت پہلے سے تیار کر کے رکھا جاتا ہے ڈالنا چاہیے اور ایک پاؤ کھوا بھی اگر بھون کر ملا دیا جائے تو بھی عمدہ لذیز ہو جاتا ہے۔ ادویات حسب ذیل ہیں:۔

پیپلا مول، ناگر موتھا، چنیہ، دھنیا، زیرہ سیاہ و سفید، سونٹھ، ناگ کیسر، دار چینی، تالیس پتر، ہر ایک آٹھ تولہ۔ ان کا سفوف ڈال کر آنچ سے اُتار کر خوب ملا دیں۔ جب ٹھنڈا ہو جائے تو آدھ سیر شہد ڈال کر پھر تہائی میں جما کر برفی کاٹ لیں یا ایسے ہی رہنے دیں۔ اگر زیادہ طاقتور بنانا ہو، تو کشتہ فولاد، ابرک ۲ تولہ ملا سکتے ہیں۔ اگر کشتہ ملا دیں تو خوراک ۶ ماشہ سے ایک تولہ تک رکھیں۔ ورنہ دو سے چار تولہ تک کر سکتے ہیں۔

(۹۴) آم پاک کا ایک اور نسخہ:

حکیم محمد رحمت اللہ صاحب ٹھٹھہ صادق آباد

باغبان قضا و قدر جہاں مختلف ملکوں میں مختلف اقسام کے لذیذ میوے پیدا کر کے انسان کے کام و دہن کو لذت گوناگوں بخشتا رہتا ہے۔ وہاں اس نے اپنے اس عالمگیر اصول کے تحت مملکت خداداد کو بھی انواع و اقسام کے فواکہات سے نوازا ہے۔ چنانچہ آم جیسی نعمت بھی زیادہ تر اسی کے حصے میں آئی ہے ہر کہ ومہ اسے ذوق و شوق سے کھاتا ہے۔ لذیذ ہونے کے علاوہ طبی اوصاف کا بھی

سرمایہ دار ہے ۔ ذیل میں اس کے اکسیر صفت مرکب کا طریقہ عرض کرتا ہوں ۔ جو جملہ امراض بدن کے نصف سے زیادہ عوارضات کے لیے تریاق کامل ہے ۔

عمدہ پختہ شیریں آم جیسے لنگڑا یا سہارنپوری وغیرہ قلمی ہوتے ہیں لے کر ١٦ سیر رس نکال لیں اور اس کو کسی قلعی دار چھلنی سے چھان لیں ۔ تاکہ ریشے وغیرہ اس میں نہ جانے پائیں ۔ پھر اس میں شکر سفید چار سیر گائے کا گھی دو سیر ۔ آب مصفا چار سیر ، سونٹھ آدھ سیر ، مرچ سیاہ ایک پاؤ ، پیپلی آدھ پاؤ ، تمام ادویہ کو کوٹ چھان کر ملائیں ۔ مٹی کے برتن میں ڈال کر نرم نرم آنچ پر پکائیں ، اور لکڑی کی کڑچھی سے ہلاتے رہیں ۔ جب پک جائے تو نیچے اتار کر پیپلا مول ، ناگرموتھا ، چب ، دھنیا ، زیرہ سفید ، زیرہ سیاہ ، ناگ کیسر ، دارچینی ، تالیس پتر ہر ایک تولہ باریک کر کے ڈال دیں ۔ اور خوب ملائیں ۔ سرد ہونے پر ایک سیر شہد خالص ملا لیں ، بس تیار ہے کام میں لائیں ۔

ہدایات

معجون ہذا تیار کرتے وقت مندرجہ ذیل ہدایات مدنظر رکھیں ورنہ معجون ناقص قسم کا تیار ہوگا ۔

(۱) آموں کا رس نچوڑتے وقت احتیاط رہے اور رس لوہے وغیرہ سے لگنے نہ پائے ۔

(۲) رس نکال کر اسی وقت کام میں لائیں اور دیر تک پڑا نہ رہنے دیں ورنہ اس میں جوش پیدا ہو کر خراب ہو جائے گا ۔

(۳) برتن کے پیندہ پر مٹی کا ہلکا سا لیپ کر کے خشک کر لیں اور بعدہٗ کام

میں لائیں ۔ اس سے ٹوٹنے کا خطرہ بہت حد تک رفع ہو جاتا ہے ۔

(۴) اس کے پکنے کو جاننا تجربہ کا کام ہے ۔ اگر کچا رہ جائے تو چند دنوں میں خراب ہو جاتا ہے ۔ اوّل یہ گاڑھا سا دکھائی دیتا ہے مگر کڑچھی سے دیکھنے پر نسبتاً پتلا ہوتا ہے مگر اس وقت آگ جاری رکھنی چاہیے ۔ گھی ایک بار تو جذب ہو جاتا ہے ۔ مگر اس وقت نہ جان لینا چاہیے ، بلکہ جذب ہو کر علیحدہ ہونا شروع ہو ۔ اس وقت ادویہ کا باریک شدہ سفوف ملانا چاہیے ۔ اور ذرا مزید پکا کر معجون کو سخت سا کر لیا جاوے مگر ایسا نہ ہو کہ جل جائے ۔

مقدار خوراک :

چار تولے ہر روز صبح کے وقت غذا سے پہلے استعمال کریں ۔

فوائد :

زکام ، نزلہ ، پینس ، تلی ، جگر کا بڑھنا ، بدہضمی ، تھکاوٹ ، دل و حلق کی جلن ، قے ہونا ، ناک سے خون جاری ہونا ، آواز بیٹھ جانا وغیرہ وغیرہ اگر بوڑھے آدمی کو کھلایا جائے تو جوان جیسی طاقت حاصل کرے ۔ جس عورت کو اسقاط حمل یا مرا ہوا بچہ پیدا ہوتا ہے ۔ اس کو اگر یہ معجون استعمال کرایا جائے تو بفضل خدا صاحب اولاد ہو جائے ۔ بانجھ عورت کے لیے ازبس مفید ہے ۔ مسمن بدن اور عمر کو دراز کرنے والا معجون ہے ۔

اگر یرقان کا مریض دو رتی کشتہ فولاد کے ہمراہ استعمال کرے تو بہت جلد شفا حاصل ہوتی ہے ۔ نیز درد سر میں دو رتی کشتہ مرجان کے ساتھ کھلایا جائے

تو درد فوراً کافور ہو جاتا ہے۔

۹۵) مربہ آم :

عمدہ آم جو پختگی کے قریب ہوں لے کر ان کا چھلکا صاف کرلیں۔ جس کا آسان طریقہ یوں ہے کہ چھوٹی سیپی لے کر اس کو پتھر کی سل پر اس قدر زگڑیں کہ اس کے پیندے میں دوّنی کے برابر سوراخ ہو جائے۔ اب اس سوراخ والے حصّے کو آم پر رکھ کر حرکت دیں تو نہایت پتلا اور یکساں چھلکا اُترے گا۔ چھلکا اُتارنے کے بعد کاٹے ہوئے گودے کو خفیف سا جوش دیں۔ پھر پانی سے نکال کر کپڑے سے پونچھ لیں اور قند کا قوام کر کے اس میں ڈال دیں۔ بس مربہ تیار ہے۔

۹۶ دوسرا طریقہ :

کیریاں ایک سیر جو پھٹکڑی اور چونا کے نتھار سے تین چار دفعہ خوب اچھی طرح دھو کر صاف کر لی گئیں ہوں لے کر چار گھنٹے تک پانی میں جوش دیں۔ جب آدھ گلی سی ہو جائیں تو نکال لیں پھر دو سیر شکر کے قوام میں ڈال دیں۔ ہفتہ عشرہ کے بعد کام میں لائیں۔

۹۷) لبوب آم :

بدرجہ غائیت مقوی باہ اعضائے رئیسہ، مسمن بدن، محمر رنگ اور مولد منی ہونے کے علاوہ صدہا دیگر امراض بدن کا تریاق کامل ہے۔

قلمی آم کا شیریں اور بار ریشہ رس ایک سیر شہد خالص ۱۲ چھٹانک زعفران خالص ایک تولہ۔ شیر گاؤ دو سیر ملا کر نرم نرم آنچ دے کر معجون کے قوام پر لائیں پھر نیچے اُتار کر روح کیوڑہ، روح گلاب آمیز کر کے چینی کے برتن میں بحفاظت رکھیں نیز ورق نقرہ ایک دفتری، ورق طلا نصف دفتری بھی شامل کر دیں۔

مقدار خوراک :۔ نصف چھٹانک تا ایک چھٹانک۔

۹۸ شربت آم :

حسب ضرورت خام آموں کا عرق نکال لیں۔ اس میں دو چند عرق گلاب خالص ملا کر سفکر سفید کے ساتھ قوام بنا لیں۔ بس اعلےٰ درجہ کا مفرح اور لذیذ شربت تیار ہے۔

۹۹ کار آمد طریقہ :

اچھی قسم کے عمدہ اور پکے ہوئے آموں کا رس لے کر اسے صاف کرلیں۔ تاکہ ریشہ نہ رہے۔ ایک پاک اور صاف کپڑا حسبِ منشا لمبا چوڑا لے کر اسے اس طرح پھیلائیں کہ تنا رہے اور ڈھیلا نہ ہونے پائے۔ پھر اس کپڑے پر قدرے رس پھیلائیں۔ جب وہ خشک ہو جائے اور ذرا بھی نمی نہ رہے اس پر ایک اور تہ جما دیں اسی طرح پانچ چھ انچ اُونچا کرلیں خوب خشک ہو جانے کے بعد کپڑے کو علیحدہ کر لیں۔ اس موسم میں جب کہ آم نہ ہوں حسبِ منشا دودھ میں حسب ضرورت حل کر لیا کریں اور نوش فرما لیا کریں۔ بعد جماع استعمال کرنے سے کمزوری کو

دور کرتا ہے اعلیٰ درجے کا مقوی باہ ۔ مسمن بدن اور مولد خون ہے مگر آم کھٹے نہ ہوں ۔

۱۰۰) حلوہ آم :

پختہ اور شیریں آم کا شیرہ تین سیر، شکر سفید ایک سیر، گھی آدھ سیر، گائے کا دودھ دو سیر، شہد خالص پاؤ بھر، سونٹھ ایک تولہ۔ فلفل دراز چھ ماشے نسادر ایک تولہ، ثعلب مصری، مغز بادام چار چار تولہ، چوب چینی، مغز تخم خربوزہ ہر ایک چار تولہ، کلیجن، تیز پات ہر ایک چھ ماشہ، بہمن سرخ، بہمن سفید ایک ایک تولہ، سنبھل کا موسلہ ایک تولہ، شقاقل، خشک سنگھاڑا ہر ایک چار تولہ :

پہلے شیرہ آم، دودھ، شکر سفید اور شہد خالص کا قوام حسب دستور معروف تیار کریں ۔ پھر مغزیات کو کوٹ کر روغن دار چینی میں بریاں کر کے ملائیں ۔ بعدۂ دیگر ادویات کا سفوف شامل کر کے حلوا بنالیں ۔

فوائد :- بے حد مقوی باہ اور مولد منی ہے ۔

۱۰۱) آم کا سِرکہ

آٹھ سیر پانی لے کر جوش دیں ۔ جب پکتے پکتے نصف رہ جائے تو ایک سیر آب انبہ ہر چہار اجوائن اور تخم اجمود ہر ایک تین ماشہ ڈال کر موسم گرما میں سایہ اور سرما میں دھوپ میں منہ پر نمدے کا ٹکڑا اور سر پوش سے اچھی طرح بند کر کے رکھ چھوڑیں ۔ جب ایک ہفتہ گزر جائے تو خوب ہلا کر پسی ہوئی قلعی تین ماشے ملا دیں

اور تین ہفتے تک بدستور رہنے دیں ۔ تین ہفتے کے بعد کام میں لائیں ۔

۱۰۲) آم کا کھٹا اچار :

سبز آم بیس عدد، میتھی ایک چھٹانک، زیرہ سفید، زیرہ سیاہ ہر ایک نصف چھٹانک، نمک پاؤ بھر، روغن سرسوں اڑھائی سیر، آموں کو طولاً اس ترکیب سے کاٹیں کر دو ٹکڑے ہو جائیں ۔ لیکن بالکل علیحدہ نہ ہوں، گٹھلیاں نکال دیں ۔ ان کی جگہ مصالحہ بھر دیں ۔ پھر آموں کو دھاگے سے باندھ دیں ۔ اوپر نمک چھڑک کر دھوپ میں رکھ دیں ۔ دوسرے دن کسی برتن وغیرہ میں ڈال کر تیل ڈال دیں ۔ پھر دو ہفتے تک روزانہ دھوپ میں رکھا کریں ۔ دو ہفتے کے بعد کام میں لائیں ۔

۱۰۳) آم کا میٹھا اچار :

سبز آم بیس عدد رائی ایک چھٹانک، سیاہ مرچ دو تولہ، میتھی ۲ تولے زیرہ سیاہ ۲ تولے، زیرہ سفید ۲ تولے ۔ ہلدی ایک تولہ، نمک تین تولے کھانڈ ایک سیر سرکہ ایک چھٹانک ۔ لمبائی کے رُخ آموں کے ۲ پھانک ٹکڑے کریں ۔ پھر نمک اور رائی (جن کی پہلے سے ہی لٹی سی تیار کر کے رکھی گئی ہو) میں ملا کر دو دن تک رکھ چھوڑیں ۔ پھر ان کو صاف کر لیں ۔ اور شکر کے گاڑھے شربت میں ایک دن رات بھگوئے رکھیں بعد ازاں کسی برتن میں بھر کر اوپر سرکہ ڈال دیں اور چند روز کے بعد کام میں لائیں ۔

۱۰۴) چاشنی والا اچار :

امچور نصف سیر، پوست خرما، کشمش، لہسن مقشر ہر ایک ایک سیر سونٹھ

Scanned by CamScanner

ایک پاؤ۔ جملہ ادویہ کو چھ سیر سرکہ انگوری میں داخل کر کے تین سیر قند سفید شامل کر دیں، اور دو ہفتے کے بعد استعمال کریں۔

۱۰۵) آم کا اچار:

یہ نہایت خوش ذائقہ اور ہاضم ہوتا ہے۔ بھوک خوب لگاتا ہے۔ ترکیب یہ ہے:۔

کچے آم سالم جو درخت سے بہت احتیاط سے توڑے گئے ہوں۔ ضرورت کے مطابق لے کر ان کا گودا چھلکے سمیت اُتار لیں اگر یہ گودا پانچ سیر ہو تو آدھ سیر نمک کے ساتھ ایک مستعمل گھڑے میں بھر کر رکھ دیں۔ اور روزانہ قاشوں کو ہلاتے رہیں۔ پانچ چار روز کے بعد قاشیں سبز کی جگہ زرد ہو جائیں گی۔ تو ان کو نکال کر بوریے یا صاف کپڑے میں پھیلا دیں۔ ایک دو روز کے بعد جب کہ قاشیں بھربھری ہو جائیں یعنی ان کی رطوبت خشک ہو جائے، تو سونف، کلونجی، میتھی ہر ایک سیر سیر۔ سُرخ مرچ باریک پسی ہوئی پندرہ تولہ۔ ہلدی باریک پسی ہوئی پانچ تولہ۔ سرسوں کا تیل ایک سیر لیں اور ایک طشت میں مذکورہ بالا قاشیں ڈال کر ان پر یہ چیزیں ڈال کر تیل سمیت لت پت کریں۔ پھر ہوا سے محفوظ رکھ چھوڑیں۔ ایک مہینہ کے بعد اچار قابلِ استعمال ہو جاتا ہے۔

۱۰۶) آم کی کھٹ مٹھی چٹنی:

یہ نہایت لذیذ اور خوش مزہ چٹنی ہے۔ غذا کو ہضم کرتی ہے۔

امچور، گڑ، لہسن، ہر ایک ایک سیر۔ سرخ مرچ دس تولہ۔ کلونجی، ادرک پانچ تولہ۔ الائچی خورد۔ پودینہ خشک ہر ایک اڑھائی تولہ۔ رنگ سوا تولہ۔ عرق پودینہ تین سیر۔ پہلے امچور میں عرق کو بھگو رکھیں۔ صبح کو اس عرق میں امچور کو پیس اور گڑ شامل کر کے پکائیں۔ جب قوام درست ہو جائے تو پودینہ اور مرچوں کو باریک پیس کر ملائیں۔ الائچی کے دانے نکال کر ادرک کو تراش کر شامل کریں۔ اور چھوہارے اور کشمش بھی حسب ضرورت شامل کر دیں۔

چٹنیاں

۱۰۷) ایک پونڈ کچے آم کے گودے کو خفیف سا جوش دے کر چٹنی کی طرح پیس کر بعدہٗ پرانا سرکہ ۱۵ تولہ، ادرک ۵ تولہ، لونگ الائچی کلاں مرچ سیاہ ہر ایک، ایک تولہ۔ نمک ۵ تولہ۔ کھانڈ ایک پاؤ۔ ان سب چیزوں کو کوٹ چھان کر ایک مرتبان ڈالیں۔ نہایت ہاضم اور نہایت لطیف یہ چٹنی تیار ہے۔ کھانا کھاتے وقت استعمال کریں۔

۱۰۸)

امچور آدھ سیر، سرکہ انگوری ۴ سیر، مرچ سیاہ ایک پاؤ، پودینہ سبز ایک پاؤ، ادرک ایک پاؤ۔ کلونجی ایک پاؤ، نمک ایک پاؤ، کھانڈ ایک پاؤ، لہسن تراشا ہوا ایک پاؤ خشک دواؤں کو کوٹ کر پھر تمام کو ایک چینی یا شیشے کے کھلے منہ والے برتن میں ڈال دیں۔ یہ چٹنی دسترخوان کی روح رواں ہے بنا کر لطف اٹھائیں۔

۱۰۹) آم کی سفری چٹنی :

پودینہ سبز ایک چھٹانک، کچے آم کا گودا، ایک تولہ۔ مرچ سیاہ ایک تولہ انار دانہ ایک تولہ، انگور اور جامن کی سبز پتیاں دو عدد نمک بقدر ذائقہ ملا کر گھوٹ لیں۔ پھر اسے خشک کر لیں۔ ضرورت کے وقت ذرا پانی کا چھینٹا دے کر فوراً چٹنی تیار کر لیں نہایت ہاضم اور لذیذ چٹنی تیار ہوگی۔

۱۱۰)

آم خام ایک سیر کشمش ادرک، ہر ایک نصف سیر بادام، خرما، لہسن ہر ایک پاؤ۔ مرچ سرخ آدھ پاؤ، خوشہ انگور ایک چھٹانک، سرکہ انگوری دو بوتل اوّل تہائی اشیاء کے تہائی حصہ کو باریک کر کے تلا کریں اور باقی کو باریک پیس کر تمام کو سرکہ میں ڈال کر کچھ عرصہ تک پکائیں۔ بعد ازاں اتار کر بوتلوں میں بھر لیں۔ اور کام میں لائیں۔

۱۱۱)

آم خام نصف سیر، نمک لاہوری ایک پاؤ، شکر سفید ڈیڑھ پاؤ، مرچ سرخ ڈھائی تولہ، لہسن پانچ تولے۔ ادرک و کشمش ہر ایک ۱۵ تولہ، سرکہ انگوری دو بوتل سب کو باریک کر کے سرکہ میں داخل کریں اور برابر ۱۵ روز تک دھوپ میں رکھیں بعد ازاں نچوڑ کر بوتل میں بھر دیں اور کام میں لادیں۔

۱۱۲) زنجک چٹنی :

انجور، قند سیاہ، تراشا ہوا لہسن ہر ایک، ایک سیر، سرخ مرچ ۲ چھٹانک

مرچ، ادرک ہر ایک ایک چھٹانک، دانہ الائچی سفید پودینہ خشک ہر ایک ڈھائی تولے۔ شام کے وقت انجور کو سرکہ مقطر میں بھگو دیں۔ صبح کے وقت پیس لیں۔ بعد ازاں نمک لہسن کے ہمراہ پیس لیں۔ اور قند سیاہ مرچ، ادرک اور پودینہ بھی باریک کر کے شامل کر دیں۔ لونگ مسلم ہی ملا دیں۔ بس چٹنی تیار ہے۔ ہاضم طعام ہونے کے علاوہ مقوی معدہ اور جگر کو قوت بخشتی ہے۔ بھوک پیدا کرتی ہے۔

(خزائن الادویہ)

۱۱۳)

سرکہ، قند سیاہ، کیری آم بے ریشہ، نمک سانبھر ہر ایک ایک سیر، مرچ سرخ، لہسن، پودینہ، دارچینی، زیرہ سیاہ ہر ایک ایک پاؤ۔ جملہ ادویہ کو کوٹ کر سرکہ میں مخلوط کریں اور چند روز کے بعد استعمال کریں۔ نہایت عمدہ اور خوش ذائقہ چٹنی ہے۔

۱۱۴) سبز آم کی چٹنی :

آم دس عدد، کھانڈ آدھ سیر، نمک آدھ پاؤ، مرچ سیاہ نصف چھٹانک زیرہ سیاہ ایک چھٹانک، میتھی ایک چھٹانک، سرکہ آدھ سیر۔

آموں کی گٹھلیاں اور چھلکا اتار دیں۔ پھر کسی پتھر کے کونڈے میں کوٹ لیں باقی اشیاء کو باریک پیس لیں۔ لیکن زیرہ سفید کو پیسنے سے پہلے بھون لینا چاہیئے بعد ازاں مصالحہ نمک اور کھانڈ آموں میں آمیز کریں۔ پھر سرکہ ڈال کر بوتلوں میں لگا رکھیں۔ گاہے گاہے دھوپ میں رکھ دیا کریں۔

۱۱۵)

انجونہ کشمش، ادرک ہر ایک ایک سیر قند سیاہ، پودینہ الائچی کلاں، فلفل سیاہ، فلفل سرخ، دار چینی، نمک ہر ایک باوزن مناسبہ سے کر حسب دستور چٹنی تیار کریں۔

یہ چٹنی نہایت لذیذ اور خوش ذائقہ ہونے کے علاوہ ہاضم طعام مقوی ہے معدہ کی کمزوری اور خرابی کو دور کر کے قوت ہاضمہ کو بڑھاتی ہے خون صالح پیدا کرتی ہے۔ ایسے حضرات کے لیے جو آئے دن معدہ کی خرابی اور کمزوری کا شکار بنے رہتے ہیں۔ از بس مفید ہے۔

۱۱۶) کشتہ تانبہ برنگ سفید :

تانبے کا کشتہ اگر صحیح طور پر تیار کیا جاوے تو تمام کشتوں کا سردار اور حد درجہ کا مقوی باہ اور بے نظیر چیز بن جاتا ہے۔ مگر کچا رہنے سے نقصان کا اندیشہ ہے ہم نے ذیل میں تانبہ کا کشتہ نہایت اعلیٰ اور بے ضرر تیار ہوتا ہے۔ ذیل میں تانبے کو کشتہ بنانے کی ترکیب عرض کی جاتی ہے۔ جو کہ تا حال ہمارے تجربہ میں نہیں آئی۔

ترکیب :- بورہ درخت آم، عنب الثعلب تازہ ہر ایک ایک پاؤ دونوں کو باریک کر کے نغدہ بنالیں اور درمیان میں پیسہ کا پترہ رکھ کر بیس سیر جنگلی اپلوں کی آگ دیں۔ سرد ہونے پر نکال لیں۔ ان شاء اللہ کشتہ برنگ سفید برآمد ہوگا۔

ترکیب استعمال :- ۲ چاول سے ۴ چاول تک ہمراہ مکھن یا دہی۔
فوائد :- ازحد مقوی باہ اور نامردوں کے لیے آب حیات ہے علاوہ ازیں۔ وجع المفاصل، مرض نقرس، سیلان الرحم و جریان کیلئے بھی انتہا درجہ کی اکسیری دوا ہے۔

۱۱۷) کشتہ تانبہ کی دوسری ترکیب :

ایک مرتبہ ہم لاہور کسی طبیب کے ہاں بیٹھے ہوئے تھے کہ ایک صاحب نے ایک سفید رنگ کی دوا دکھائی جو کہ نہایت سفید رنگ کی تھی۔ بتایا کہ یہ کشتہ تانبا ہے۔ اور اس کی ترکیب بھی بتادی۔

ھو الشافی۔ سو سالہ آم کا درخت تلاش کیجیے اور اس کا پاؤ بھر چھال لے کر سفوف بنالیجیے اس میں ایک پیسہ رکھ کر، ایک من اپلوں میں پھونک دیجیے۔ بقول ان کے یہ کشتہ اسی ترکیب سے بنا ہوا ہے۔ واللہ اعلم

متفرقات

۱۱۸) آگ سے جلنا:

ھُو الشافی:۔ آم کی گٹھلی کی تھوڑی سی مینگ قدرے پانی میں بھگو کر پیس لیں۔ تھوڑی دیر کے بعد جلے ہوئے عضو پر لگائیں۔ ان شاء اللہ فوراً ٹھنڈک پڑ جائے گی۔

۱۱۹) تالو کا زخم:

ھُو الشافی:۔ آم کے تازہ زرد پتے کوٹ کر چلم میں بطور تمباکو بھر کر مریض کو پلائیں۔ تالو کا زخم ٹھیک ہو جائے گا

۱۲۰) بھنگ کا نشہ:

ھُو الشافی:۔ بھنگ کا نشہ دور کرنے کے لیے آم کی گٹھلی پانی میں پیس کر پلا دیں۔ اِن شاء اللہ نشہ فوراً دور ہو کر مریض کے ہوش و حواس درست ہو جائینگے

۱۲۱) تلی کا بڑھنا:

پختہ شیریں آموں کا رس ایک چھٹانک لے کر اس میں ایک تولہ شہد شامل کر کے روزانہ مریض کو پلایا کریں۔ ان شاء اللہ کچھ عرصہ کے استعمال سے تلی کا ورم دور

ہو جائے گا

۱۲۲)

ھُو الشافی:۔ آم کا اچار تلی کے گھٹانے کے لیے ایک مجرب دوا ہے۔ لہٰذا تلی والے مریض کو روٹی کے ساتھ آم کا اچار کھلانا چاہیے۔ علاوہ ازیں یہی "امبیاں" بھی نفع بخشتی ہیں۔ آم کے اچار کا طریقہ باب "آم کے مرکبات" میں ملاحظہ فرمائیں۔

۱۲۳) ضیق النفس:

ھُو الشافی:۔ آم کی گٹھلی کی مینگ چھ ماشے روزانہ نہار منہ صبح کے وقت مریض دمہ کو دیا کریں۔ اس سے ان شاء اللہ کچھ دنوں کے بعد دمہ کا قلع قمع ہو جائے گا۔

۱۲۴) بچوں کا دودھ قے الٹ دینا:

ھُو الشافی:۔ آم کی گٹھلی کی گری۔ دھان کی کھیل۔ سیندھا نمک برابر وزن لے کر کوٹ چھان کر شہد میں ملا کر بچہ کو چٹائیں۔ بہت جلد شکایت دور ہو جائے گی۔

سن سٹروک یا لو لگنا

گرمیوں کی جھلستی ہوئی دوپہر میں چلنے پھرنے سے یہ مرض پیدا ہوتا ہے۔

مریض کو دردِ سر، بخار کی شدت، پیاس کی زیادتی، بار بار پیشاب آنا، آنکھیں سُرخ ہوجانا اور بعض اوقات جنون اور سرسام کی شکایت پیدا ہو جاتی ہے اور وہ بیہوش ہوکر چند لمحوں میں دَم توڑ دیتا ہے۔ آم کے ذریعے اس کے علاج کے چند نسخے درج ذیل ہیں :-

۱۲۵

ھُوالشافی:- آم کی کچی کیری کو آگ میں دبا کر گرم کریں اور اس کا چھلکا جدا کر کے خوب ملیں۔ پھر صاف کر کے تھوڑی سی چینی ملائیں۔ اور پانی میں گھوٹ کر پلائیں نیز کیری کی بدن پر بھی مالش کریں فائدہ ہوگا۔

۱۲۶

ھُوالشافی:- آم کی کچی کیری کو بھوبھل میں دبا دیں۔ اور پانی میں نچوڑ کر دن میں تین مرتبہ ایک ایک چھٹانک پلائیں

۱۲۷

ھُوالشافی:- سن سٹروک جس کو لُو لگنا کہتے ہیں کے لیے کچے آم کو آگ میں بھون کر گڑ کے شربت میں اس کا رس ملا کر مریض کو پلائیں۔ فوراً مرض ان شاء اللہ دور ہوگا۔

۱۲۸

ھُوالشافی:- آم کو گرم راکھ میں دبا دیں۔ تاکہ وہ منضمل اور ملائم ہو جائے اس کو قدرے پانی یا عرق بید مشک ۵ تولہ، عرق کیوڑہ ایک تولہ، مصری دو تولہ ملا کر برف سے ٹھنڈا کر کے پلائیں۔ پنکھے پر پانی چھڑک کر اور اپنے جسم پر پانی چھڑک کر ہوا دیں۔

ان شاء اللہ کلی شفا ہوگی۔

۱۲۹

ھُوالشافی:- کچے آم کا عرق نکال کر اسی میں دو چند عرق گلاب خالص ملا کر سہ چند قند سفید کے ساتھ قوام بنالیں۔

ترکیب استعمال:- بوقت ضرورت ٹھنڈے پانی میں گھول کر برف سے ٹھنڈا کر کے پلائیں فائدہ ہوگا۔

۱۳۰

ھُوالشافی:- کچے آم تین حصہ، پیاز ایک حصہ ہر دو کو بھوبھل میں بھون کر گودا اور پیاز کا رس یکجا کر کے گڑ میں حسب معمول شربت تیار کریں۔ بہت اعلیٰ شربت تیار ہوگا۔

ترکیب استعمال:- ۲ تولہ سے چار تولہ تک بقدر حاجت پانی ملا کر پلائیں

فوائد:- ایک ہفتہ کے استعمال سے بالکل صحت ہو جاتی ہے۔

تمت شد



حکیم حاجی علی ضیاء احمد صابری

• فاضل طب والجراحت • رجسٹرڈ نیشنل کونسل فار طب حکومت پاکستان

• فاضل قانون نظریہ مفرد اعضاء • سابقہ فزیشن قرشی ہیلتھ سروس لاہور

0301-6914588



الحمد دواخانہ

386۔فاطمہ جناح روڈ ٹلیا نوالہ محلہ ساہیوال

www.facebook.com/AlHamdDwakhana